STE LJUBITELJ ČIPSA? PRIPRAVITE GA LAHKO TUDI DOMA OB POMOČI STARŠEV. GOTOVO BO ŠE SLASTNEJŠI OD TISTEGA IZ TRGOVINE.

KUHAJMO SKUPAJ

ZMAJČKOV ČIPS S POMAKO

1 Pečico prižgemo na 180 stopinj. Krompir dobro umijemo, tako da ga ni potrebno lupiti. Če želimo, pa ga tudi olupimo. Krompir narežemo na tanjše rezine, pri tem si lahko pomagamo z lupilnikom.

2 Krompirjeve rezine prelijemo z vodo in pustimo nekaj minut. Nato jih odcedimo, splaknemo z vodo, solimo in prelijemo z oljem. Pladenj prekrijemo s papirjem za peko in nanje drugo poleg druge položimo krompirjeve rezine. Postavimo ga v pečico in pečemo približno 15 minut oz. toliko časa, da pozlati. Iz papirja naredimo škrnicelj in v njem postrežemo krompir. Po potrebi ga še dosolimo.

3 Pripravimo še pomako za čips: kislo smetano zmešamo z navadnim jogurtom, dodamo pol žličke olivnega olja, sol in žlico nasekljanega drobnjaka.

Potrebujemo:

- krompir
- olivno olje
- sol
- papir za peko
- kisla smetana
- 1/2 navadnega jogurta
- svež ali posušen drobnjak

Pripravila Urša Krempl

Iz revije Zmajček, letnik 19, številka 5, januar 2013, stran 53

ZA PRIGRIZEK ALI MALICO LAHKO SKUPAJ S STARŠI PRIPRAVITE SIROVE PALČKE.

KUHAJMO SKUPAJ

SIROVE PALČKE

Potrebujemo:

- razvaljano listnato testo
- olivno olje
- nariban parmezan
- origano

1 Listnato testo s čopičem premažemo z olivnim oljem.

2 Testo potresemo z ribanim sirom in origanom. Na vse skupaj nato položimo prozorno folijo in z rokami potlačimo, da se sir oprime testa.

3 Folijo odstranimo in testo narežemo na približno centimetrske trakove. Vsak trak zvijemo tako, da ga večkrat zasukamo v nasprotnih smereh: en konec na desno, drugega na levo. Trakove zložimo na pekač in nekoliko potlačimo.

4 Pečemo približno 10 minut v pečici, segreti na 200 stopinj oz. do zlato rjave barve.

Dober tek!

Pripravila Urša Krempl

60

Iz revije Zmajček, letnik 19, številka 8, april 2013, stran 60

PA ŠE NEKAJ ZDRAVEGA IN OKUSNEGA HKRATI…

ČAROBNI BANANIN SMUTI

POTREBUJEŠ:

- BANANO
- 2 ŽLICI VANILIJEVEGA JOGURTA
- 4 ŽLICE MLEKA

PRIPRAVA:

BANANO (NAREZANO NA KOŠČKE), JOGURT IN MLEKO DAJ V POSODO ZA MEŠANJE. VSE SESTAVINE DOBRO ZMEŠAJ (LAHKO TUDI S PALIČNIM MEŠALNIKOM). PRELIJ V KOZAREC. LAHKO OKRASIŠ Z NASTRGANO ČOKOLADO, ČOKOLADO V PRAHU...

PRIDOBLJENO: https://www.bibaleze.si/vse_o_prehrani/smoothiji-za-celo-druzino.html

SADNA NABODALA

POTREBUJEŠ:

- RAZLIČNO SADJE (BANANA, KIVI, POMARANČA, GROZDJE, JAGODE...).
- LESENE PALIČICE

PRIPRAVA:

SADJE OPERI, ČE JE POTREBNO OLUPI IN NAREŽI NA POLJUBNE OBLIKE. KOŠČKE SADJA NABODI NA PALIČICE. NABODALA SO PRIPRAVLJENA, DA JIH POSTREŽEŠ SVOJI DRUŽINI.

POSLADKAŠ SE LAHKO TUDI TAKO, DA JIM DODAŠ MALO TOPLE ČOKOLADE, SMETANE.